

称号及び氏名	博士（保健学）	由利 緑巳
学位授与の日付	平成30年3月31日	
論文名	地域在住高齢者を対象とした介護予防における生活目標設定手法の効果に関する研究 The effects of a life goal-setting technique in a preventive care program for frail community-dwelling older people	
論文審査委員	主査	高畑 進一
	副査	樋口 由美
	副査	大西 久男

論文要旨

厚生労働省の介護予防マニュアルは「介護予防は心身機能の向上のみならず，活動や参加レベルの向上と生活の質(Quality of Life : QOL)の向上を目指すものである。」と示している。筆者が携わる大阪府和泉市の通所型介護予防教室(以下，教室)において活動や参加レベルの向上を目指すには，何のために教室に参加するのかといった個々の教室参加者の生活状況や価値観に沿った，意味のある活動や参加レベルの生活目標の設定とそれを達成するための取り組み課題の具体化が必要であると考えた。

そこで，教室に参加する特定高齢者(二次予防事業対象者)(以下，予防事業対象者)の生活状況と介護予防に関する先行研究の調査を行い，従来の教室実施方法を大きく変更することなく短時間でこれらを導入できるよう，生活目標設定手法(Life Goal Setting Technique: LGST)を開発した。LGSTは作業療法の評価手法などを援用し，1)生活状況(生活活動の努力量と価値観)の把握，2)活動や参加の生活目標の設定，3)生活目標の段階付け(短期目標の設定)，4)生活目標達成のための取り組みの具体化の4段階からなる。

第一研究では，クラスター非ランダム化比較デザインを用い，従来の実施方法で行う

対照群と、教室において作業療法士(以下、OT)が LGST を用いた面接と指導を行う群 (OT-LGST 群)の比較による、介護予防と QOL に及ぼす効果と、持続効果を検証した。OT は教室前後の機能評価時に OT-LGST を導入した。研究参加者は平成 22 と 23 年度の和泉市の教室参加者 143 人であった。メインアウトカムは介護予防効果の指標として基本チェックリストの選定基準による予防事業対象者から非該当者へ変化した割合 (非該当者割合)と QOL の指標として主観的健康感を用いた。サブアウトカムは、身体機能測定値(握力・長座体前屈・Timed Up & Go)と生活目標(認識者割合、認識者のみの達成度・満足度)を用いた。追跡調査は身体機能測定値以外の項目を郵送法で教室後 6 カ月まで調査した。

その結果、教室終了時は両群とも身体機能が向上し、群間に交互作用はなかった。しかし、非該当者割合は OT-LGST 群 61.9%で対照群 40.4%に比して有意に高かった。対照群の割合は厚生労働省報告の全国教室参加者平均値 42.0%(平成 23 年度)と同程度であった。この効果は教室後 3 カ月まで持続した。QOL は交互作用を示し OT-LGST 群の教室終了時までの変化が有意に高かった。OT-LGST 群は活動や参加レベルの生活目標をより認識し、達成・満足した。一方、対照群の生活目標の多くは心身機能レベルであった。

OT-LGST 群の参加者は活動や参加レベルの生活目標を達成するため、向上した身体機能を日々の起居移動動作時に活用したことで、活動や参加の生活目標を認識し、達成・満足したことが介護予防と QOL の向上に効果を及ぼしたと考えられた。換言すれば、従来の教室でも機能向上効果はあった。ここに OT-LGST を導入することが介護予防と QOL の向上につながることを示したと考えられた。第一研究の結果は、機能向上するプログラムに個々の参加者の生活状況や価値観に沿った生活目標を設定する重要性を示した。

第一研究で用いた LGST は教室において OT が導入し、効果を示したものであったが、介護予防に携わる多職種連携に応用できる可能性があると考えた。特に、地域特性に応じた総合的な支援を行う、地域包括支援センターの介護予防ケアプラン(以下、予防プラン)作成担当者(以下、ケアマネ)と連携することで、教室に限らず他の介護予防支援に応用可能な方法が提案できると考えた。そこで、1 年間かけ、連携方法の検討や試行およびケアマネへの教育と指導を行い、LGST を導入した関連職種との連携を可能にする包括的な(Comprehensive-LGST : C-LGST)介護予防ケアマネジメントを開発した。

第二研究では、C-LGST 介護予防ケアマネジメントを導入することで、第一研究と同様の結果が得られると仮説を立てた。そこで、第一研究と同様に、従来の実施方法で行う対照群と比較し介護予防と QOL に及ぼす効果と、持続効果を検証した。ケアマネは LGST の前半部分を導入した予防プランを用い、生活状況の把握と活動や参加レベルの生活目標を抽出し、OT が教室開始時と終了時に LGST の後半部分を行った。教室

指導を担当する関係職種が連携して教室指導を行った。研究参加者は第一研究の対照群と C-LGST 介護予防ケアマネジメントを導入した平成 25 年度の教室参加者 176 人（以下、C-LGST 群）であった。評価項目と調査方法は第一研究と同様に行った。その結果、教室終了時は両群とも身体機能が向上し、群間に交互作用がなかった。しかし、C-LGST 群の非該当者割合は 59.79% で対照群に比して有意に高かった。この効果は教室後 3 カ月まで持続した。QOL は交互作用を示し教室終了時までの変化が有意に高かった。C-LGST 群の全ての参加者は活動や参加レベルの生活目標を認識し達成、満足した。C-LGST の導入による介護予防と QOL の向上効果は第一研究と同様であった。第二研究の結果は、LGST は多職種で連携して包括的に行える手法であることを示した。ただし、ケアマネへの指導が必要であることは留意すべき点であった。本研究は行政との共同研究のためランダム化が困難であった。これによる集団力動の影響および、C-LGST 群と対照群の時期の隔たりによる影響は否定できない。C-LGST 介護予防ケアマネジメントは介護予防と QOL の向上に効果があり、既存のプログラムを大きく変更することなく導入できる手法である。これは教室のみならず他の介護予防事業にも応用できると考える。そこで、これを国内他市町村の介護予防事業における C-LGST 介護予防ケアマネジメントの導入を提言する。今後は和泉市のみならず国内他市町村の教室や、他の介護予防事業における検証が必要と考える。

審査結果の要旨

本研究の目的は、作業療法の評価手法を基に開発した生活目標設定手法（以下、LGST: Life Goal Setting Technique）が、通所型介護予防教室（以下、教室）に参加する予防事業対象者の介護予防と QOL に及ぼす効果および持続効果を検討することであった。

第一研究は、作業療法士（以下、OT）が行う LGST（以下、OT-LGST）を教室に導入し介護予防と QOL に及ぼす効果と持続効果を検討した。第二研究は、地域包括支援センターで介護予防ケアプラン作成を担う介護支援専門員（以下、CM）と OT が連携して行う包括的 LGST（以下、C-LGST: Comprehensive-LGST）を教室に導入し、同じく介護予防と QOL に及ぼす効果と持続効果を検証した。

第一研究の対象者は平成 22 年度と平成 23 年度に和泉市の教室に参加した予防事業対象者 143 人であった。クラスター非ランダム化比較デザインを用い、旧来の方法で実施する教室参加者（対照群）と、OT-LGST を導入して実施する教室参加者（OT-LGST 群）を比較した。

その結果、OT-LGST 群は対照群に比して活動や参加レベルの生活目標をより認識し、高い達成度と満足度を示した。教室終了後は両群とも身体機能が向上したが、予防効果の指標である一般高齢者レベルへの改善割合は OT-LGST 群（61.9%）が対照群（40.4%）に比して有意に高く（ $P=0.043$ ）、この改善割合は教室終了後 6 ヶ月持続した。教室終了時点での QOL は

OT-LGST 群が有意に高く ($P < 0.001$)、その効果は教室終了後 3 ヶ月持続した。

第二研究の対象者は、平成 25 年度に C-LGST を導入した和泉市の教室に参加した予防事業対象者 176 人であった。分析は、第一研究で対照群となった旧来の方法で実施する教室参加者と比較した。

その結果、C-LGST 群の参加者全員が活動や参加レベルの生活目標を認識し高い達成度、満足度を示した。教室終了後は、両群とも身体機能が向上し、C-LGST 導入群の一般高齢者レベルへの改善割合 (59.79%) は対照群に比して有意 ($P = 0.039$) に高く、この改善割合は教室終了後 6 ヶ月持続した。教室終了時点での QOL は OT-LGST 群が有意に高かった ($P < 0.001$)。しかし、その効果は持続しなかった。以上より、CM と OT が連携して行う C-LGST は、OT-LGST と同等の効果的方法であるが、QOL を維持するための改善の必要性が明らかとなった。

本研究は、介護予防の効果を高める手法を開発し、その効果を妥当な研究手法を用いて証明したものである。しかも、行政機関の CM と共同で行う手法の有用性を示したことは、今後、多くの自治体で行われる介護予防教室の参考となる可能生のある研究である。

対象者の選出、評価手法、分析方法など研究方法も適切であり、多くの関連機関の協力を得て長年に渡る研究を遂行した能力も含め、本研究科において博士の学位を授与するに相応しい研究であると認める。